

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Seorang prajurit TNI-AL memiliki tugas yang tidak mudah untuk dijalankan dalam mengatasi berbagai macam peristiwa yang terjadi dan dapat mengganggu stabilitas dan keutuhan bangsa Indonesia tersebut dan diperlukan satuan kekuatan pertahanan dan keamanan. Seorang ABRI atau yang sekarang disebut dengan TNI-AL memiliki tugas bersama masyarakat untuk menjaga suasana aman dan terkendali di Indonesia. Anggota TNI-AL tidak hanya memiliki kesiapan dan selalu bersedia ditugaskan di manapun, tapi juga diperlukan seorang prajurit yang harus rela mengorbankan jiwa dan raganya demi negara dan harus rela berpisah dengan keluarga demi melaksanakan tugas yang telah diberikan oleh satuannya tersebut. Keberangkatan suami untuk bertugas bagi seorang istri prajurit merupakan hal yang sangat tidak menyenangkan dikarenakan harus berpisah jauh dan dalam kurun waktu yang tidak sebentar. Akibat kepergian suami untuk bertugas dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan para istri mengalami fenomena kecemasan. (Kurniawan-Digital Library IAIN Sunan Ampel, 2009)

Para istri Angkatan Laut rela mengatasi segala sesuatu seorang diri dan ikhlas mengesampingkan perasaannya demi menjalani sebuah komitmen dan setia melaksanakan tugas sebagai seorang istri Angkatan Laut sebagaimana mestinya, meskipun intensitas pertemuan yang dapat dikatakan sangat kurang karena waktu penugasan lebih lama dibandingkan dengan waktu kebersamaan dalam sebuah keluarga di setiap harinya. Tak jarang para istri Angkatan Laut menjadikan diri mereka mengambil peran

ganda sebagai istri dan orang tua dari anak-anaknya dalam hal kegiatan sehari-hari, seperti memenuhi kebutuhan sang anak, dan juga termasuk saat atap rumah perlu perbaikan, selokan atau wc yang mampet dan sederet daftar tunggu servis pernak - pernik perlengkapan rumah tangga. Mau tidak mau mereka harus tegar, ikhlas, mengerti resiko yang dihadapi, dan juga tak lupa terus berdoa untuk keselamatan suami dalam melaksanakan tugasnya (Romana, 2011). Hal ini juga dapat didukung oleh pernyataan istri prajurit Angkatan Laut saat di wawancara oleh peneliti :

“Apalagi kan kalo mikir beberapa bulan kedepan kalo anak sakit atau apa kan kita yang ngurusin semua. Jadi istilahnya pas kalo suami layar gitu kayak kita merangkap tugas double.” (diambil 2 Maret 2012 : S, 27 th)

“aku bolak-balik sana sini nganter anak, apalagi pas suami layar kan aku bolak-balik rumah trus ke rumah ibu, jadi kalo dirumah ibu jelas sekolah anak kan jadi lebih jauh. Kalo ga ada mas juga cuma bertiga, kan udah ga ada pembantu disana, aku sendirian, udah ga kerja juga, ribet banget kalo kerja. Jadi ya kalo suami layar semua kegiatan yang biasa dilakuin berdua ya tak kerjakan sendiri.” (diambil 3 Maret 2012 : R, 27 th)

Cemas merupakan suatu perasaan yang bisa dialami oleh siapa pun, tak mengenal dari mana ia berasal dan tidak mengenal usia dan juga tak mengenal apapun jenis profesi yang digeluti karena perasaan cemas

sering terjadi dalam kehidupan kita sehari-hari. Perasaan tersebut yang dialami juga memiliki waktu yang berbeda-beda teragantung pada situasi maupun dalam kondisi tertentu, serta merupakan perasaan gelisah terhadap suatu yang diharapkan untuk menghadapi sesuatu yang biasanya terlihat menakutkan.

Kecemasan merupakan hal yang umum bagi semua makhluk karena tidak ada hidup tanpa tantangan. Kecemasan seperti saat tanah di bawah kita menghilang, ketika kita kehilangan cara kita atau memukul dinding yang kosong. Kecemasan memiliki situasi dasar dimana kecemasan itu sendiri sering muncul secara tiba-tiba dan dari beberapa kecemasan yang muncul tidak di ketahui kedalamannya dalam diri kita sehingga kita tidak menjadi diri kita sendiri dan membuat diri kita seperti tampak kacau. Jika hal ini terjadi, maka kecemasan tidak dapat dihancurkan tanpa menghancurkan kemampuan kita untuk hidup. Pengetahuan saja tidak cukup, karena dengan pengetahuan saja kita tidak bisa mengalahkan kecemasan (Steiner & Gebser, 1962).

Kecemasan adalah ketegangan, ketakutan dan perasaan gelisah yang merupakan hasil dari suatu reaksi emosional yang tidak menyenangkan terhadap bahaya yang tidak nyata dan muncul bersama pengalaman otonom dan subjektif (Spielberger, 1972). Hall & Lindzey (1978 : 188) mengatakan bahwa kecemasan merupakan suatu ancaman yang dapat menghasilkan ketegangan baik secara nyata atau imajiner terhadap perasaan aman seseorang. Freud menggambarkan dan mendefinisikan kecemasan sebagai suatu perasaan yang tidak menyenangkan, dan diikuti oleh suatu reaksi fisiologis tertentu seperti perubahan detak jantung dan

pernafasan. Menurut Freud, kecemasan melibatkan persepsi tentang perasaan yang tidak menyenangkan dan reaksi fisiologis, dengan kata lain kecemasan adalah reaksi atas situasi yang dianggap berbahaya (Freud, dalam Arndt, 1974). Kecemasan dianggap sebagai sebuah fenomena universal di dalam lintas budaya yang ada, meskipun konteks dan manifestasinya dipengaruhi oleh kepercayaan budaya dan praktek (Good & Kleinman, 1985; Guarnaccia, 1997).

Demikian juga dalam teori kecemasan multidimensional (*multidimensional anxiety teory*) : dikemukakan bahwa; ”Makin tinggi tingkat kecemasan seseorang, akan makin buruk penampilannya”, (Monty, 2000 : 100). Seseorang yang memiliki rasa cemas yang berlebihan bukan hanya merusak kebahagiaan yang mereka miliki saja, melainkan rasa cemas itu sendiri dapat merusak kesehatan baik secara fisik maupun mental seseorang sehingga hidup akan mengalami ketegangan, kepanikan, sulit tidur dan lain sebagainya. Perlu dilakukan suatu tindakan untuk mengatasi atau menanggulangi kecemasan tersebut sehingga hidup menjadi lebih baik dan tidak terganggu lagi. (Deddy, 1997)

Kecemasan juga dapat dirasakan oleh para istri prajurit TNI-AL ketika harus melepaskan suami untuk menjalankan tugasnya berlayar mengelilingi perairan Indonesia; Bahkan ada yang sampai mengelilingi perairan dunia dalam kurun waktu yang tidak sebentar sehingga memiliki kekhawatiran yang menyebabkan kecemasan itu muncul dalam diri mereka. Akibat jangka waktu yang tidak sebentar tersebut kecemasan pun terjadi karena takut sesuatu hal yang buruk menimpa suami mereka, saat suami tidak bisa menghubungi dan tidak bisa dihubungi dalam waktu hingga

berminggu-minggu lamanya. Selain itu, yang juga menjadi salah satu penyebab kecemasan terjadi adalah ketika seorang istri tidak tahu apa yang akan mereka lakukan jika harus melakukan peran ganda selama suami mereka pergi berlayar dan perasaan takut apabila terjadi hal buruk yang menimpa suami mereka. Hal ini dapat didukung oleh pernyataan sebagian istri TNI-AL :

“cemas takut kenapa-kenapa, takut kapalnya kenapa-kenapa, takut dianya kenapa-kenapa.” “Deg-deg’an takut sesuatu yang buruk terjadi di laut Dis, iya pastinya juga jadi lebih sensi dan mellow secara emosional. Secara mbak ga pernah punya basic Angkatan Laut. Jadi kalo liat papa kan ga pernah tugas layar-layar gitu. Polisi mah ga pernah tugas lama-lama gitu.” “pernah sampe muntah-mutah Dis, tensi pasti cepet turun, mimpi buruk wae, ga bisa tidur.” (diambil 12 Februari 2012 : I, 24 th)

“pastilah ada perasaan cemas, biasanya kan e...detik-detik menjelang pas waktu ditinggal gitu kan pasti sedih, trus ya kalo malem ya nangis. Apalagi kan kalo mikir beberapa bulan kedepan kalo anak sakit atau apa kan kita yang ngurusin semua. Jadi istilahnya pas kalo suami layar gitu kayak kita merangkap tugas double.” (diambil 2 Maret 2012 : S, 27 th).

Kecemasan yang dialami oleh istri prajurit tersebut memiliki gejala psikologis dan fisiologis. Adapun gejala kecemasan yang muncul secara

kognitif atau psikologis dikarenakan adanya ketakutan tentang sesuatu, khawatir akan ditinggal sendirian, khawatir terhadap hal-hal yang sepele, sulit berkonsentrasi atau memfokuskan pikiran, serta pikiran terasa campur aduk atau kebingungan. Sedangkan gejala yang ditimbulkan secara fisik atau fisiologis yaitu kegelisahan, kegugupan, jantung yang berdebar keras atau berdetak kencang, terdapat gangguan sakit perut atau mual dan merasa sensitive atau “mudah marah” (Nevid, Rathus & Greene, 2003). Dampak dari kecemasan yang dialami yaitu mengakibatkan munculnya keresahan di dalam diri, yang merupakan suatu reaksi langsung dari kecemasan. Seseorang yang dikuasai oleh perasaan cemas akan mengalami kesulitan untuk menerima keadaan yang sebenarnya dalam kurun waktu yang lama sehingga harus berusaha untuk mendapatkan ketenangan dalam dirinya agar dapat mengembalikan keadaan seperti sebelumnya.

Biasanya dampak dari kecemasan seorang istri Angkatan Laut akan terjadi pada anak-anak mereka karena kondisi emosi yang tidak stabil dari para istri tersebut ketika mereka tidak tahu bagaimana cara mengatasi jika suami mereka tidak dapat menghubungi mereka dalam waktu hingga berminggu-minggu lamanya. Tidak jarang mereka memberi alasan bahwa anak sering rewel, sehingga membuat emosi mereka menjadi semakin tidak stabil. Hal ini dapat didukung oleh pernyataan salah seorang istri Angkatan Laut tentang adanya dampak yang disebabkan karena perasaan cemas tersebut:

“Dewaruci kan sekarang lagi layar ke Luar Negeri, mestinya nyampe ke Honolulu itu tanggal 24 Februari tapi ternyata molor 5 hari sampe baru nyampe

kemaren tanggal 29 Februari. Lha itu kan kita selama ga ada kabar bingung ya cemas, kenapa kan biasanya ga kayak gini biasanya bisa dihubungi ternyata sampe aku tuh apa ya...ya makhum lah sama anak tuh kadang dibawa emosi malah marah karena suami ga ada, abis gitu anak rewel terus ya ya apa wes sumpek lah istilahnya, jadi ya dampaknya ke anak ku.”
(diambil 3 Maret 2012 : R, 27 th)

Manusia memiliki sudut pandang yang berbeda-beda. Begitu juga istri-istri Angkatan Laut memiliki pandangan dan keyakinan yang berbeda-beda dalam memahami resiko yang akan dihadapi oleh suaminya ketika menjalankan tugas. Ada yang sanggup memahami kondisi ketika harus rela melepas suami tugas dan ada pula yang masih merasa berat untuk melepaskan suami pergi menjalankan tugasnya sebagai seorang prajurit. Para istri prajurit tersebut memiliki cara tersendiri untuk memilih *coping*-nya masing-masing. Misalnya ada yang mengikuti perkumpulan istri Angkatan Laut dengan berbagai kegiatan rutin di dalamnya. Biasanya, salah satu kegiatan tersebut juga menjadi area *sharing* antar istri prajurit ketika kecemasan muncul disaat suami menjalankan tugasnya. Ada juga yang memilih bermain dengan anak dirumah, dan ada pula yang melampiaskan kecemasan tersebut dengan bekerja. Meskipun demikian, mereka mengakui masih merasakan kecemasan yang harusnya bisa sedikit hilang atau mereka bisa merasa cukup nyaman, terlebih bila perasaan itu muncul dimalam hari pada saat dimana mereka hendak beristirahat.

Dari berbagai macam bentuk kecemasan yang dialami, agar mereka dapat menjalankan peran sebagai ibu dan istri dari prajurit TNI-AL, mereka pun dituntut harus mampu menunjukkan sikap yang bijak dalam menyikapi segala sesuatu untuk menjaga nama baik dan kehormatan keluarga dalam setiap pergaulan di lingkungan manapun mereka berada. Serta, mereka harus memiliki keyakinan bahwa mereka semua dapat menjalankan peran dan tanggung jawab, sebagai istri maupun sebagai ibu didalam keluarga rumah tangga masing-masing dengan baik, juga dapat mengatur waktu antara karier dan rumah tangga dengan baik dan seimbang, sehingga akan terus sukses dalam karier maupun keluarga.

Fenomena diatas membuat peneliti tertarik untuk mengetahui seberapa besar kecemasan yang terjadi pada istri tentara khususnya TNI-AL serta apa saja yang menyebabkan atau mendorong kecemasan tersebut muncul dan membayangi kehidupan mereka ketika harus ditinggalkan suami pergi bertugas (layar). Peneliti berpendapat bahwa penelitian tentang kecemasan istri tentara (TNI-AL) saat ditinggal tugas (Layar) ini penting untuk diteliti karena dapat memberikan gambaran bahwa untuk menjadi seorang istri prajurit, tidak semudah yang dibayangkan. Sebisa mungkin dapat mengetahui dan dapat memahami resiko apa yang akan dihadapi sehingga hal tersebut membuat kita mampu untuk menjadi istri yang bijak dalam menyikapi segala sesuatu yang menjadi konsekuensi guna menjaga nama baik keluarga dan menjaga kehormatan keluarga di lingkungan manapun kita berada. Menjadi seorang istri tentara khususnya menjadi istri seorang Angkatan Laut merupakan sebuah pilihan hidup. Menjadi istri Angkatan Laut juga menjadi suatu pilihan yang tepat apabila memandang dari sudut pandang positif yakni mempunyai tujuan baik untuk

mendampingi suami bertugas selama masa penugasan terus berjalan hingga masa pensiun tiba.

Idealnya, untuk menjadi seorang istri Angkatan Laut mereka mampu memahami dan menerima konsekuensi yang ada dalam segala macam tugas-tugas pada suami. Mereka di harapkan dapat bersikap ikhlas atau tidak memberati suami dalam menjalankan tugasnya karena seperti yang selalu diamanahkan oleh istri atasan mereka dalam setiap pertemuan bahwa mereka sebagai istri prajurit dapat memiliki sikap yang bijak dan ikhlas untuk menjaga nama baik suami dan keluarga, dan mereka mampu menjadi tegar dalam menerima segala konsekuensi yang ada. Dengan kata lain, sebisa mungkin mereka mampu menutupi perasaan cemas ketika harus menerima dengan rela bahwa diri mereka akan ditinggal suami untuk berlayar. Karena sikap istri juga dapat mempengaruhi karir suami ke masa depan sehingga mereka juga dituntut untuk tetap menjaga sikap dan menghindari konsekuensi terhadap suami. Selain itu, dukungan seorang istri untuk suami di saat bertugas juga dibutuhkan agar para suami dapat menjalankan tugas tanpa membebani pikiran mereka dengan keluarga dirumah. Tetapi pada kenyataannya banyak istri-istri prajurit yang masih memiliki sudut pandang yang berbeda karena menjadi istri Angkatan Laut tertalu rumit, lebih sering ditinggal tugas dari pada ditemani dirumah, dan lain sebagainya yang dalam arti lain masih menunjukkan sikap belum memahami konsekuensi yang ada, sehingga mereka masih membebani pikiran suami saat akan pergi menjalankan tugas dari kesatuan untuk negara dan terkadang mereka menunjukkan kecemasan yang berlebihan.

1.2 Batasan Masalah

Untuk memperjelas penelitian ini, maka fokus penelitian pada :

1. Dalam penelitian ini akan mengungkap variable yaitu kecemasan istri tentara (TNI-AL) saat ditinggal tugas (layar).
2. Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan penelitian kuantitatif deskriptif.
3. Subjek penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah istri tentara khususnya istri dari TNI-AL yang sedang di tinggal layar, istri Angkatan Laut dengan usia pernikahan di bawah sepuluh tahun dan Istri Angkatan Laut yang suaminya masih aktif berdinan atau bertugas di kapal.

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini dengan berdasarkan latar belakang dan batasan masalah yaitu :

1. Ingin mengetahui seberapa besar tingkat kecemasan yang dirasakan
2. Ingin mengetahui apa saja yang mendorong kecemasan tersebut muncul ketika di tinggal layar oleh suami

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun penelitian ini dilakukan untuk menggali serta mendeskripsikan informasi lebih dalam tentang seberapa besar tingkat kecemasan yang dirasakan oleh istri TNI-AL ketika sedang di tinggal layar. Peneliti mengambil subjek yang saat ini sedang ditinggal suami layar

dengan kurun waktu yang lama dan Istri Angkatan Laut yang suaminya masih aktif di kapal serta istri Angkatan Laut dengan usia pernikahan di bawah sepuluh tahun.

1.5 Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis :

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan untuk dapat menambah pengetahuan tentang kecemasan pada seorang istri TNI-AL ketika ditinggal layar dalam kurun waktu yang lama dan juga dapat memberikan disiplin ilmu khususnya untuk ilmu psikologi klinis, dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan informasi mengenai seberapa besar tingkat kecemasan yang di rasakan oleh istri TNI-AL.

2. Manfaat Praktis

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan wacana lebih mendalam mengenai kecemasan istri tentara (TNI-AL) saat ditinggal tugas (layar) agar dapat menjadikan istri-istri tentara khususnya istri dari TNI-AL lebih mandiri dan kuat saat ditinggal tugas (layar) sehingga dapat meminimalisir kecemasan yang dirasakan. Bagi istri TNI-AL yang saat ini ditinggal berlayar diharapkan dalam penelitian ini dapat memberi motivasi positif dalam mendukung tugas suami dan untuk para suami agar dapat mengetahui seberapa besar kecemasan yang dirasakan oleh para istri ketika harus berpisah

karena suami harus berlayar untuk mengemban tugas negara. Untuk Institusi TNI-AL agar dapat mengembangkan lagi kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh perkumpulan istri-istri prajurit Angkatan Laut dan menerapkan sanksi apabila masih ada yang tidak mengikuti kegiatan tersebut.